

И.О.заведующего: _____ О.В.Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Сны»

Меню на 31.03.2025г.

Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Макаронные изделия отварные	77	94	175,39/200,45
2	Бутерброд с повидлом	12/118	16/24	91,02/121,36
3	Чай с сахаром	180	200	56,02/62,24
	Итого:	287	334	
	Сок «яблоко»	106	106	46,0/46,0
Обед				
1	Салат из свеклы отварной	30	50	21,06/35,10
2	Суп из овощей	150	180	65,71/78,85
3	Жаркое по домашнему	25/103	30/125	230,28/287,85
4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	83,88/100,65
5	Хлеб пшеничный	18	24	12,65/17,71
6	Хлеб ржаной	34	39	66,59/83,24
	Итого:	510	628	
Уплотненный полдник				
1	Булочка молочная	39	48	167,12/233,97
2	Морковная запеканка	10/133	11/168	212,92/269,70
3	Кофейный напиток с молоком	180	200	81,50/90,56
4	Яйца вареные	40	40	62,66/62,66
5	Хлеб пшеничный	12	16	7,59/13,96
	Итого:	414	483	
	Итого за день:	1317	1551	1380,39/1704,30
Калькулятор: В.В.Нарожнова				
Повар: Н.Р.Чугарова				